

## 【サービスを利用する前に】

ケアプラン（介護サービスの利用計画）または介護予防ケアプランを作成する必要があります。



### 介護サービス・介護予防サービスの利用について相談する

ケアプランを作成する

要介護  
1~5

#### きよたくかいごしえん 居宅介護支援

ケアマネジャーにケアプランを作成してもらおうほか、安心して介護サービスを利用できるよう支援してもらいます。



要支援  
1・2

#### かいごよぼうしえん 介護予防支援

地域包括支援センターの職員などに介護予防ケアプランを作成してもらおうほか、安心して介護予防サービスを利用できるよう支援してもらいます。



ケアプランの作成および相談は無料です。（全額を介護保険で負担します）

## ① 自宅を中心に利用するサービス

自宅を中心に利用するサービス（居宅サービス）には、訪問をしてもらうサービスや施設に通うサービスなどさまざまな種類があります。



### 日常生活の手助けをしてもらう

自宅を訪問してもらう

要介護  
1~5

#### ほうもんかいご 訪問介護【ホームヘルプサービス】

ホームヘルパーに自宅を訪問してもらい、身体介護や生活援助を受けます。



- |   |   |
|---|---|
| <p>〈身体介護〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 食事、入浴、排せつのお世話</li> <li>● 衣類やシーツの交換 など</li> </ul> | <p>〈生活援助〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 住居の掃除、洗濯、買い物</li> <li>● 食事の準備、調理 など</li> </ul> |
|---|---|

自己負担（1割）のめやす

身体介護 中心	20分～30分未満	267円
	30分～1時間未満	423円
生活援助 中心	20分～45分未満	195円
	45分以上	240円

通院等乗降介助（1回）
105円

※早朝・夜間・深夜などの加算があります。

#### ご注意ください！以下のサービスは、介護保険の対象となりません。

本人以外のためにすることや、日常生活上の家事の範囲を超えることなどは、サービスの対象外です。

- 本人以外の家族のための家事
- ペットの世話
- 預金の引き出し、預け入れ
- 留守番
- 来客の応対
- 家具の移動や修繕、模様替え
- 草むしり など

### 自宅で入浴する

要介護  
1~5

要支援  
1・2

#### ほうもんにゆうよくかいご 訪問入浴介護（介護予防訪問入浴介護）

自宅に浴槽を持ち込んでもらい、入浴の介助を受けます。

自己負担（1割）のめやす【1回あたり】

要介護 1~5	1,344円	要支援 1・2	909円
---------	--------	---------	------



介護保険制度のしくみ

サービス利用の手順

サービスの種類と費用

地域支援事業（総合事業）

費用の支払い

介護保険料の決まり方・納め方